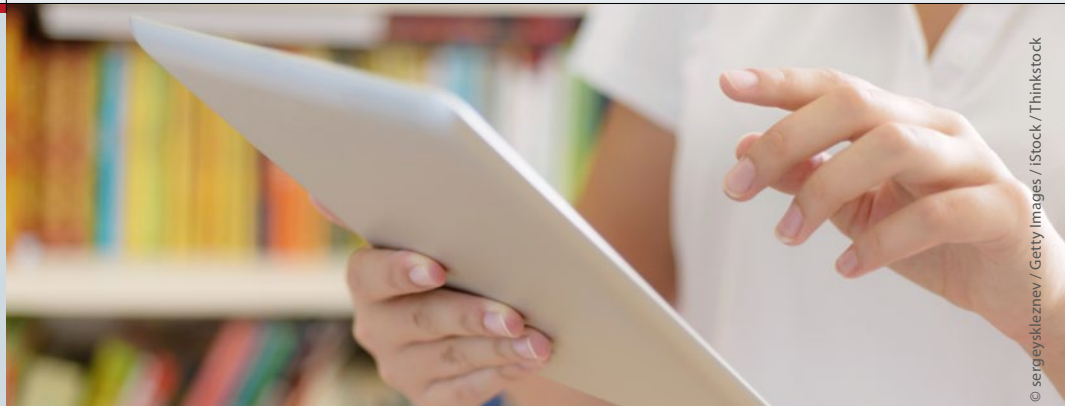


Im „Journal Club“ werden Originalarbeiten aus der internationalen Fachliteratur referiert und kommentiert.



© sergeyskleznev / Getty Images / iStock / Thinkstock

Schmerzen beim Gatten beeinflussen die Psyche der Frauen

Die Sorge um einen schmerzgeplagten Ehepartner kann bei älteren Frauen die seelische Gesundheit nachhaltig beeinträchtigen. In einer großen Longitudinalstudie aus den USA standen die depressiven Symptome bei Frauen in deutlicher Abhängigkeit von der Schmerzstärke bei ihren Männern.

Einen wissenschaftlichen Beleg dafür, dass langjährige Ehepartner nicht nur Bett und Tisch teilen, sondern auch Sorgen und Leid, liefert die Arbeit von Courtney A. Polenick und Kollegen von der University of Michigan in Ann Arbor. Frauen, so zeigt die Studie, nehmen sich die Probleme ihrer männlichen Partner dabei deutlich mehr zu Herzen als umgekehrt. An der Longitudinalstudie nahmen 963 verheiratete heterosexuelle Paare teil. Die Ehepartner waren im Schnitt 63 (Frauen) bzw. 66 Jahre (Männer) alt und durchschnittlich seit gut 36 Jahren verheiratet. Ihnen hatte man – jeweils getrennt – zwischen 2006 und 2014 in fünf Wellen Fragebögen zu depressiven sowie zu etwaigen Schmerzen vor-

gelegt und sie zu ihrer Ehe sowie zu belastenden Gesundheitsfaktoren befragt. 22,6% der Frauen und 17,2% der Männer gaben zu Beginn der Erhebung an, unter „bedeutsamen Schmerzen“ zu leiden. Über den gesamten achtjährigen Erhebungszeitraum traten solche Schmerzen bei 50,5% bzw. 40,5% der Befragten auf. Subjektiv bedeutsame depressive Symptome wurden zu Beginn von 8,6% (Frauen) bzw. 5,4% (Männer) berichtet; dieser Prozentsatz stieg im Laufe der Studie auf 22,6% bzw. 15,5%. Depressive Symptome waren das Gefühl von Niedergeschlagenheit, Einsamkeit, Traurigkeit sowie unruhiger Schlaf und die Empfindung von allem als „anstrengend“.

Bei pflegenden Ehefrauen auf depressive Symptome achten

Überraschenderweise zeigten Frauen mit höheren Werten auf der Schmerzskaala bei sich selbst im Zeitverlauf insgesamt eine Abnahme depressiver Symptome. Klagten ihre Männer dagegen über Schmerzen, stiegen die Depressionswerte bei den Frauen in den folgenden Jahren deutlich an, und zwar umso mehr, je stärker die von den Männern empfundenen Schmerzen waren. Dieser Effekt überdeckte bei den Frauen den Effekt eigener Schmerzen und blieb auch unabhängig von Komorbiditäten und Eheproblemen bestehen. Die Männer dagegen schienen vom Leiden der Gat-

tin wenig belastet zu sein: So blieben die Werte auf der Depressionsskala bei ihnen im Verlauf unbeeinflusst von der Schmerzstärke, die die Partnerin zu Studienbeginn empfand. Polenick et al. führen hierfür drei Hauptgründe an: Der erste sei die bei Frauen stärker ausgeprägte Empathie gegenüber dem Ehepartner. Sie konnten es offenbar schwerer ertragen, ihn leiden zu sehen. Zum zweiten bewiesen Frauen ein besseres Gespür für Schmerzen und Zeichen körperlicher Einschränkung beim Partner. Und drittens sei die Ehefrau meist diejenige, die sich im Krankheitsfall um den Partner kümmere. Sie investierten vergleichsweise deutlich mehr Zeit in pflegerische Tätigkeiten als ihre Ehemänner. „Schmerzen beim Partner können der seelischen Gesundheit von Frauen offenbar langfristig schaden“, so das Fazit der Studienautoren. Vor allem Männer neigten dazu, sich emotional zurückzuziehen, wenn sie unter chronischen Schmerzen litten. Auch die sich daraus ergebenden Partnerschaftsprobleme seien eine wichtige Ursache für psychischen Stress bei den Frauen. Die Experten empfehlen, ältere Patienten mit chronischen Schmerzen regelmäßig auf depressive Symptome zu screenen und bei Frauen, die ihre Männer pflegen, ganz besonders auf die seelische Gesundheit zu achten. Paarbasierte Interventionen wie ein gemeinsames Schmerzbewältigungs- und Fitnesstraining könnten hilfreich sein, nicht nur im Hinblick auf die Schmerzen, sondern auch auf das psychische Wohlbefinden. (eo)

Polenick CA et al. Own and partner pain intensity in older couples: longitudinal effects on depressive symptoms. *Pain* 2017; 158: 1546–1553; <http://dx.doi.org/10.1097/j.pain.0000000000000949>



© Photos.com plus